

relations prevalence in various speech products of respondents are presented. 75.2% of respondents were registered to have the same rank indicators of the types of intersyntagmatic relations. The predominant type of rank relations (43.8% of respondents) was found in syntagmatic relations of causation. In addition, the close relationships are found in intersyntagmatic relations of addressing (at 26.8% ) and actions (16.9% of respondents). The analysis of results give us reasons to believe that in the personality's speech experience there are the typical ways of information conceptualizing in the speech form, that are saved in different conditions of actualization of the content of the speech experience. This makes it possible to predict that conceptualization of verbal syntagmas of a specific speaker is similar in different situation of actualization and representation of the content of speech experience. Thus, the prevalence of type of intersyntagmatic relations is an indicator for identifying individual style of personality's speech experience.

**Key words:** speech, speech experience, individual style, syntagma, syntagmatic relations, causation, addressing, actions.

*Received July 11, 2015*

*Revised August 19, 2015*

*Accepted September 20, 2015*

УДК 159.9.072:159.923.2:159.922.8

*Н.К. Орішко*

[parijanka7@mail.ru](mailto:parijanka7@mail.ru)

## **Емпіричне дослідження структурних компонентів самовдосконалення особистості в юнацькому віці**

---

Orishko N.K. Empirical research of structural components of self-improvement of personality in youth age / N.K. Orishko // Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostiuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / scientific editing by S.D. Maksymenko, L.A. Onufrieva. – Issue 30. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2015. – P. 467–482.

---

**Н.К. Орішко. Емпіричне дослідження структурних компонентів самовдосконалення особистості в юнацькому віці.** У статті представлено результати емпіричного дослідження виокремлених автором структурних компонентів самовдосконалення в осіб юнацького віку (як провідного у дослідженні) і додатково в осіб підліткового та дорослого віку. На

основі співставлення, порівняння, детального аналізу й узагальнення даних, одержаних у кожній з трьох вікових груп, було встановлено, що саме юнацький вік виступає найоптимальнішим періодом для формування, становлення, розвитку, прояву й функціонування усіх без винятку основних структурних складових самовдосконалення особистості – когнітивної, емоційно-оцінкової, вольової, потребово-мотиваційної й діяльнісної, завдяки чому стає можливим ефективно й результативно здійснення даного самотворчого процесу. Доведено виключно позитивне значення практичної реалізації самовдосконалення в юнацькому віці для вирішення актуальних для даного вікового періоду проблем особистісного й професійного самовизначення, суспільного функціонування, становлення життєвої перспективи майбутнього, самоактуалізації та життєвої самореалізації особистості. Виявлено, що рівень усвідомлення й врахування юнаками та дівчатами виняткової значущості формування, становлення й прояву усіх структурних компонентів самовдосконалення в їхньому віці та належним чином організований, цілеспрямований, безперервний, самостійний, систематичний розвиток і оптимізація кожного з цих компонентів позитивним чином впливають на швидкість, успішність і ефективність практичного здійснення ними даного процесу, на рівень задоволеності досягнутим кінцевим результатом та на його відповідність попереднім очікуванням і поставленим меті.

**Ключові слова:** самовдосконалення, самовиховання, самоактуалізація, самореалізація, самотворення, самопізнання, саморозвиток, самосвідомість.

**Н.К. Орешко.** Эмпирическое исследование структурных компонентов самосовершенствования личности в юношеском возрасте. В статье представлены результаты эмпирического исследования выделенных автором структурных компонентов самосовершенствования у лиц юношеского возраста (как ведущего в исследовании) и дополнительно у лиц подросткового и взрослого возраста. На основе сравнения, анализа и обобщения данных, полученных в каждой из трёх возрастных групп, было установлено, что именно юношеский возраст выступает оптимальным периодом для формирования, развития и функционирования всех без исключения основных структурных составляющих самосовершенствования личности – когнитивной, эмоционально-оценочной, волевой, потребностно-мотивационной и деятельностной, благодаря чему становится возможным результативное осуществление данного самосозидательного процесса. Доказано исключительно положительное значение практической реализации самосовершенствования в юношеском возрасте для решения актуальных для данного возрастного периода проблем личностного и профессионального самоопределения, общественного функционирования, становления жизненной перспективы будущего, самоактуализации и самореализации личности. Выявлено, что уровень осознания и учета юношами и девушками исключительной значимос-

ти формирования, становления и проявления всех структурных компонентов самосовершенствования в их возрасте и должным образом организованное, целенаправленное, самостоятельное, систематическое развитие и оптимизация каждого из этих компонентов положительным образом влияют на скорость, успешность и эффективность осуществления ими данного процесса, на уровень удовлетворенности достигнутым конечным результатом и на его соответствие предыдущим ожиданиям и поставленной цели.

**Ключевые слова:** самосовершенствование, самовоспитание, самоактуализация, самореализация, самосозидание, самопознание, саморазвитие, самосознание.

**Постановка проблеми.** Головними особливостями юнацького віку є становлення життєвої перспективи та зростання потреби особистісного й професійного самовизначення як основи майбутнього самостійного функціонування індивіда в суспільстві. Зростання рівня складності вимог, які ставить життя перед юнаками й дівчатами, націлює їх на розуміння важливості самозміни та скеровує до пошуку оптимальних шляхів її досягнення, одним із яких виступає самовдосконалення як усвідомлений, цілеспрямований, багатоаспектний, поетапний процес оптимізації індивідуально-психологічних параметрів особистості. Однак, далеко не кожен індивід усвідомлює усю складність даного процесу. Переходові до практичної реалізації самовдосконалення, на нашу думку, повинне передувати оволодіння юною особою ґрунтовними знаннями щодо своєї сутності та основних структурних складових, на основі врахування змісту й особливостей кожного з яких стане можливим виокремлення індивідуальних стратегій даного процесу з перспективою створення оптимальної індивідуальної програми здійснення. Отже, важливість, актуальність, наукова й практична значущість дослідження структурних компонентів самовдосконалення в осіб юнацького віку є очевидною.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій** з питань особистісного самотворення показав, що переважна більшість з них зазвичай присвячена вивченню структурних компонентів суміжних, але не тотожних самовдосконаленню, феноменів, зокрема, самовиховання, професійної самореалізації, самоактуалізації, особистісної ідентичності (Д. Марсія, Е. Шостром, М.І. Алексєєва, Г.О. Балл, І.С. Булах, І.В. Дубровіна, Б.С. Круглов, С.Б. Кузікова, В.О. Лозовий, Л.Є. Орбан-Лембрик, Л.Н. Смалиус, Т.М. Титаренко, М.О. Фризен, Г.П. Фурманюк, Т.М. Яблонська та ін.). Що ж стосується проблеми визначення й аналізу структури са-

мовдосконалення, то у психологічній літературі зустрічаються лише часткові спроби її вирішення (зокрема, такими науковцями, як Г.Д. Беженар, Н.В. Білоусова, М.Й. Боришевський, В.В. Дмитренко, О.М. Єрахторіна, А.Л. Зирянова, В.В. Торгонський, О.Г. Холодкова, Г.Г. Цветкова). Проте, слід констатувати, що узагальненої структури самовдосконалення з визначенням головних її компонентів і детальним розкриттям їх специфічного змісту дослідниками не надано, а емпіричні дослідження даного питання є досить малочисленими.

**Метою статті** є представлення результатів емпіричного дослідження структурних компонентів самовдосконалення особистості в юнацькому віці.

**Виклад основного матеріалу.** Самовдосконалення в юнацькому віці тісно пов'язане з процесом самовизначення особистості, яке передбачає усвідомлення нею власних життєвих перспектив, вимагає серйозного співставлення своїх потреб, інтересів, мотивів із наявними внутрішніми ресурсами. Постає необхідність чіткого усвідомлення змісту самовдосконалення та рівня сформованості кожної зі складових його структури для розуміння власних можливостей здійснення даного процесу.

Як зазначалося, науковцями на цей час не встановлено чіткої структури самовдосконалення, а зустрічаються лише часткові спроби її дослідження. Зокрема, О.Г. Холодковою в результаті вивчення взаємозв'язку між процесами особистісної самозміни виділено низку спільних компонентів: пізнавальний, емоційний, вольовий та виконавчий [6]. Оскільки самовдосконалення входить до цих процесів, то, ймовірно, зазначені компоненти також можна розглядати як складові його структури. Переважною ж більшістю інших науковців здійснено аналіз деяких окремих аспектів самовдосконалення як імовірних його складових, зокрема, потреби в самовдосконаленні (Н.В. Білоусова, О.М. Єрахторіна [3]), його мотиваційної сторони і вольових чинників (О.Л. Зирянова, Г.Г. Цветкова [7]), ціннісно-змістових характеристик (М.Й. Боришевський [1], О.Г. Холодкова [6]) та основних етапів здійснення (В.В. Смолей, В.В. Торгонський [5]).

На основі детального аналізу, узагальнення й систематизації усіх розглянутих поглядів науковців пропонуємо наше власне бачення структури самовдосконалення та характеристики її складових. Отже, на нашу думку, основними структурними компонентами самовдосконалення є наступні:

1) когнітивний – наявність в особистості певного набору знань, уявлень і загальної обізнаності стосовно питань самовдос-

коналення, рівень розуміння нею його змісту, ролі та призначення для власної життєдіяльності, а також ступінь усвідомлення можливих способів його практичної реалізації;

2) емоційно-оцінковий – емоційне ставлення особистості до самовдосконалення, оцінка нею власних успіхів, життєвих досягнень, а також схильностей і внутрішніх потенціалів до здійснення самотворчої роботи;

3) вольовий – рівень сформованості в особистості вольових рис і якостей як важливих складових процесу свідомої регуляції нею самовдосконалення (цілеспрямованості, наполегливості, самоорганізації, самоконтролю, стійкості до внутрішніх і зовнішніх перешкод на шляху досягнення поставленої мети), а також кількість і особливості докладання вольових зусиль протягом усіх етапів здійснення нею самотворчої діяльності;

4) потребово-мотиваційний – усвідомлення й визнання особистістю значущості, цінності й пріоритетності самовдосконалення для власної життєдіяльності, наявності потреби в його здійсненні, а також визначення основної мети й мотиваційної спрямованості даного самотворчого процесу;

5) діяльнісний – наявність в особистості реальної усвідомленої, цілеспрямованої, систематичної діяльності з самовдосконалення, а також визначення переважних способів та засобів його практичного здійснення.

Отже, згідно поданої нами структури, самовдосконалення виступає багатокомпонентним, багатоаспектним процесом і має діапазон поширення практично на усі життєві сфери. Врахування особистістю змісту кожного з компонентів самовдосконалення дозволить їй, на наш погляд, структурувати й оптимізувати кожен з етапів здійснення даного процесу.

**Організація емпіричного дослідження й характеристика вибірки досліджуваних.** Оскільки головною метою нашого емпіричного дослідження є вивчення структурних компонентів самовдосконалення в юнацькому віці, основну вибірку досліджуваних склали, відповідно, юнаки і дівчата – студенти гуманітарних та економічних спеціальностей професійно-технічних училищ і ВНЗ м. Чернігова та м. Києва. Для порівняння вікових особливостей сформованості структурних компонентів самовдосконалення були опитані додаткові групи досліджуваних, відмінні за віком від основної групи (молодші та старші за юнацький вік). Першу групу склали підлітки (учні 6-10-х класів загальноосвітніх навчальних закладів м. Чернігова та м. Києва), другу групу – особи дорослого віку (студенти 4-го й 5-го курсів денної

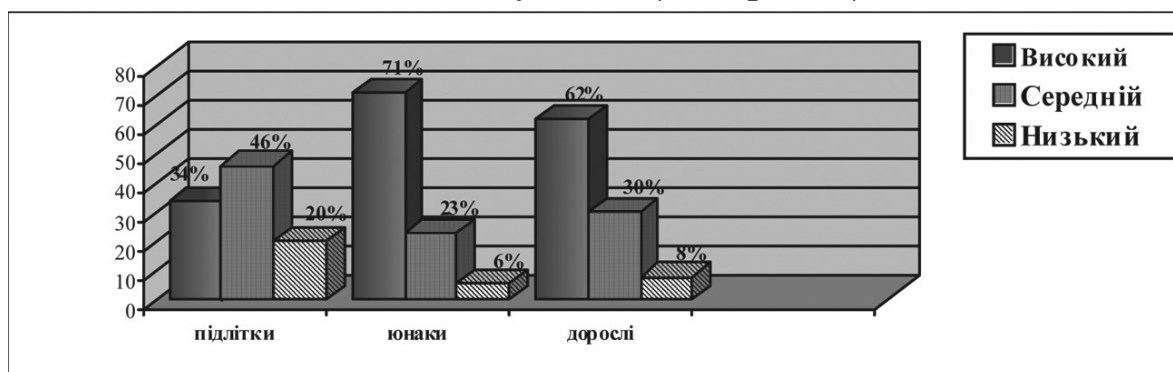
та заочної форм навчання й викладачі ВНЗ м. Чернігова й м. Києва).

Отже, загальну вибірку емпіричного дослідження склали 285 осіб, з яких: 180 осіб юнацького віку (17-23 роки, 105 дівчат та 75 хлопців), 55 осіб підліткового віку (12-15 років, 31 дівчина і 24 хлопці) та 50 осіб дорослого віку (віковий діапазон від 25 до 45 років, 29 жінок і 21 чоловік). Опитування досліджуваних проводилося у змішаній формі – як за безпосередньої, так і за опосередкованої (через соціальні мережі) їх участі в дослідженні.

Методичний апарат нашого емпіричного дослідження склав психодіагностичний метод як основний для отримання емпіричного матеріалу (психодіагностичні методики) та низка допоміжних методів для його доповнення й уточнення (метод спостереження, бесіди та контент-аналізу).

**Аналіз результатів емпіричного дослідження.** Розглянемо процедуру дослідження та проаналізуємо одержані результати по кожному з виокремлених компонентів самовдосконалення досліджуваних.

Так, вивчення *когнітивного компонента* самовдосконалення нами було здійснено за допомогою аналізу відповідей досліджуваних на окремі запитання з декількох методик: з нашої авторської анкети-опитувальника «Місце самовдосконалення у моєму житті» (запитання «Що Ви розумієте під поняттям «самовдосконалення?»), а також з методики «Діагностика потреби у самовдосконаленні» (Г.Д. Бабушкін) [2] (запитання «Як Ви вважаєте, чи повинна людина доводити свої вміння та навички до досконалості?» та «Самовиховання і самоосвіта мають бути обов'язковими, якщо людина хоче досягти досконалості в чомусь?»). На основі співставлення обраних варіантів відповідей на зазначені запитання ми визначили рівні сформованості когнітивного компонента самовдосконалення досліджуваних (див. рис. 1):

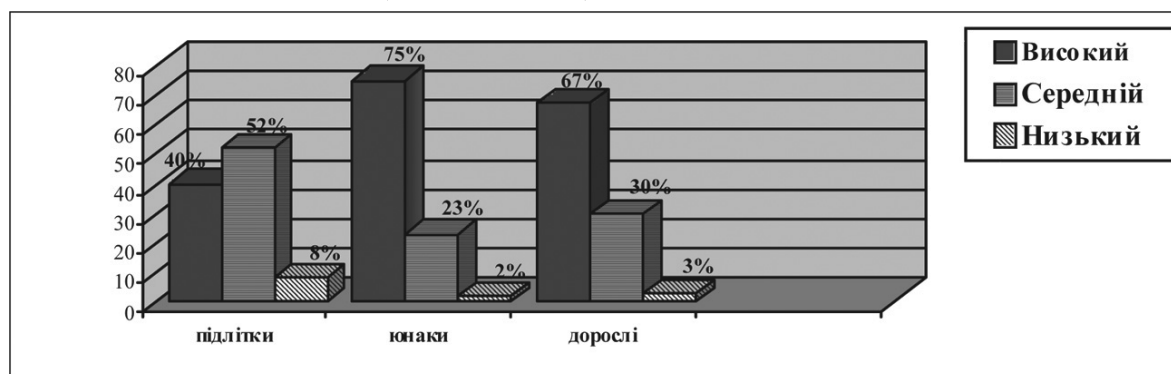


**Рис. 1. Вікові відмінності показників рівня сформованості когнітивного компонента самовдосконалення (n=285, у %)**

З діаграми видно відмінності показника сформованості когнітивного компонента самовдосконалення у різних вікових періодах: перехід від домінуючого середнього (46% досліджуваних) та значної частки низького (20%) показників у підлітковому віці до істотно вираженого високого (71%) показника у юнацькому віці та до збереження домінування високого показника, але вже у меншого відсотка досліджуваних (у 62%) поряд з відносним збільшенням середнього показника (до 30%) в дорослому віці. Отже, саме в юнацькому віці проблема самовдосконалення є найбільш актуальною й спонукає особистість замислюватися над його сутністю, значенням для власної життєдіяльності та усвідомлювати різні способи роботи над собою. Згідно результатів контент-аналізу, самовдосконалення розуміється юнаками як один із ефективних способів всебічного розвитку особистості (морального, інтелектуального й фізичного), методів успішного функціонування в актуальних для їхнього віку життєвих сферах (особистій, суспільній, професійній) і шляхів досягнення особистісної самореалізації.

Вивчення *емоційно-оцінкового компонента* самовдосконалення здійснювалося за допомогою застосування методики «Оцінка здібностей до саморозвитку та самоосвіти» (В.І. Андреев) [2] та нашої авторської анкети-опитувальника «Місце самовдосконалення у моєму житті».

Так, на основі співставлення та аналізу відповідей на запитання анкети-опитувальника «Яким є Ваше емоційне ставлення до самовдосконалення та процесу його здійснення?» ми визначили рівень вираженості емоційного ставлення досліджуваних до самовдосконалення (див. рис. 2):

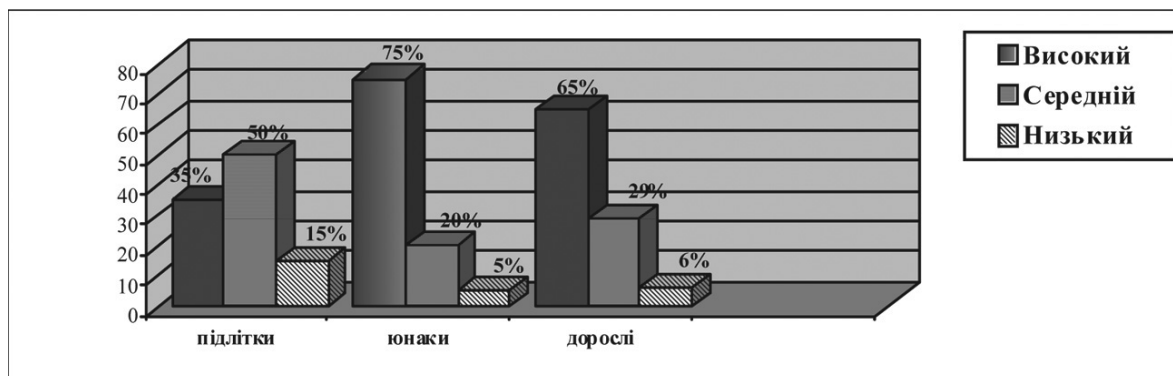


**Рис. 2. Вікова динаміка показників емоційного ставлення опитаних до самовдосконалення (n=285, у %)**

З діаграми видно наступні вікові відмінності емоційного ставлення досліджуваних до самовдосконалення: у підлітковому віці переважає нейтральне ставлення (у 52% опитаних), тоді як в

юнацькому віці домінує позитивне ставлення (у 75% опитаних); таке домінування, але вже нижче за відсотковими показниками, зберігається і дорослому віці (67% опитаних). Отже, поступове усвідомлення юнаками та дівчатами значущості самовдосконалення, визнання його цінності й зростання потреби в його здійсненні змінює характер цього процесу на свідомий і цілеспрямований, що зумовлює домінування позитивного емоційного ставлення до нього. Самовдосконалення розцінюється юнаками як один із ефективних методів розв'язання низки складних вікових і життєвих завдань, що гостро постали перед ними й потребують термінового вирішення найоптимальнішим способом, і тому передчуття можливості покращення власних індивідуально-психологічних та особистісних параметрів таким самотворчим шляхом задля успішного функціонування й самоактуалізації в майбутньому викликає в них позитивні емоції, породжуючи стійкий інтерес і захоплення даним процесом.

За допомогою застосування методики «Оцінка здібностей до саморозвитку та самоосвіти» [2] нами було також з'ясовано рівень оцінки, а отже, й усвідомлення досліджуваними наявності в них схильностей та внутрішніх потенціалів до здійснення самотворчої роботи (див. рис. 3).



**Рис. 3. Вікова динаміка показників рівня оцінки здібностей до саморозвитку та самоосвіти ( $n=285$ , у %)**

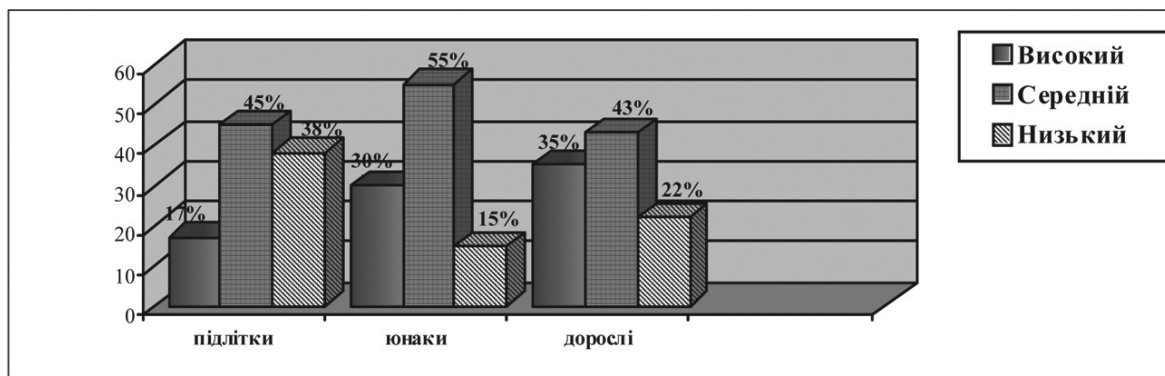
Діаграма демонструє наступну вікову динаміку рівня оцінки здібностей до саморозвитку та самоосвіти: перехід від домінуючого середнього показника у підлітковому віці (у 50% опитаних) до високого показника в юнацькому віці (у 75%) та до збереження домінування високого показника, але вже у значно меншого відсотка досліджуваних (у 65%) поряд з відносним збільшенням середнього показника (до 29%) в дорослому віці. Отже, суттєвий розвиток складових самосвідомості, здатності до самокритичності і самоаналізу в юнацькому віці сприяє, на наш погляд, відповідному підвищенню усвідомлення рівня оцінки юнаками



власних потенційних можливостей до здійснення самотворчої роботи. До того ж зумовлена віковими завданнями розвитку потреба особистісного й професійного самовизначення стимулює юнаків і дівчат до пошуку внутрішніх ресурсів для трансформації власних індивідуально-психологічних показників.

За допомогою застосування авторської анкети-опитувальника «Місце самовдосконалення у моєму житті», зокрема завдяки аналізу запитання «На якому рівні Ви оцінюєте власні успіхи і життєві досягнення? Чи вважаєте Ви себе досконалою, всебічно розвинутою особою?», нами було з'ясовано рівень оцінки досліджуваними їх особистих життєвих досягнень (див. рис. 4).

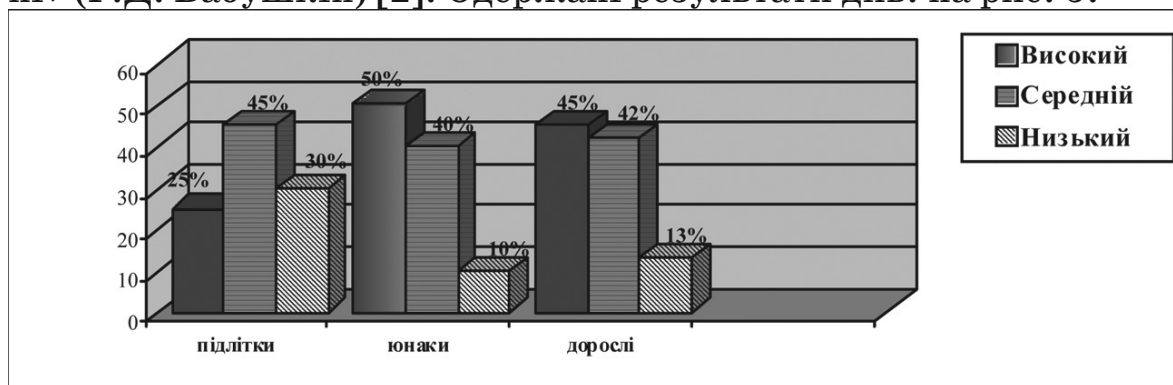
Згідно даних діаграми, вікові відмінності рівня оцінки досліджуваними особистих життєвих досягнень є наступними: домінування вираженості середнього (45% опитаних) та низького рівнів (38%) у підлітковому віці; істотне домінування вираженості середнього (55%) поряд з підвищенням вираженості високого рівня (30%) та зниженням вираженості низького (15%) рівня в юнацькому віці; збереження домінування, але у значно меншого числа опитаних, середнього (у 43%), поряд з підвищенням вираженості високого (у 35%), але й зі збільшенням вираженості низького (22%) рівнів у дорослому віці. Отже, істотне домінування середнього, поряд зі значним зниженням вираженості низького рівня оцінки особистих життєвих досягнень серед юнаків та дівчат свідчить, з одного боку, про визнання ними, поряд з наявними особистими життєвими здобутками (зокрема, в інтелектуальній і творчій сферах), факту недостатньої реалізованості у низці актуальних для їхнього віку життєвих сфер (суспільній, професійній, особистій), а з іншого боку – про усвідомлення необхідності самозміни задля самореалізації у цих сферах, бачення реальної її перспективи та пошук оптимальних шляхів досягнення, одним з яких є самовдосконалення.



**Рис. 4. Вікова динаміка розподілу показників рівня оцінки досліджуваними особистих життєвих досягнень (n=285, у %)**

Отже, позитивне емоційне ставлення до самовдосконалення, високий рівень оцінки схильностей і внутрішніх потенціалів до здійснення самотворчої роботи поряд із середнім рівнем оцінки особистих життєвих досягнень, які домінують серед юнаків та дівчат, свідчать про досягнення більшістю з них найвищого рівня сформованості емоційно-оцінкового компонента як важливого регуляторного механізму самовдосконалення.

Вивчення сформованості **вольового компонента** самовдосконалення досліджуваних здійснювалося за допомогою аналізу їх відповідей на окремі запитання з декількох методик: з авторської анкети-опитувальника «Місце самовдосконалення у моєму житті» та з методики «Діагностика потреби у самовдосконаленні» (Г.Д. Бабушкін) [2]. Одержані результати див. на рис. 5.



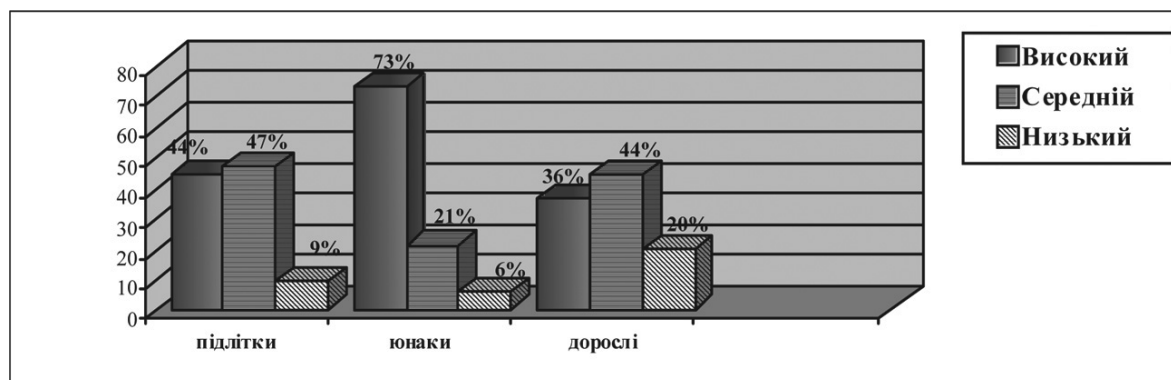
**Рис. 5. Вікова динаміка показників рівня сформованості вольового компонента самовдосконалення ( $n=285$ , у %)**

Дані діаграми демонструють динаміку зміни показника сформованості вольового компонента самовдосконалення у різних вікових періодах: перехід від домінуючих середнього (45% опитаних) та низького (30%) показників у підлітковому віці, до значно виражених високого (50%) і середнього (40%) показників у юнацькому віці, та до збереження домінування високого показника, але вже у меншій кількості опитаних (45%) поряд з відносним збільшенням середнього показника (до 42%) у дорослому віці. Отже, юнацький вік можна вважати найоптимальнішим для становлення вольового компонента самовдосконалення: суттєвий розвиток складових вольової сфери юнаків та дівчат, достатній рівень їх самоорганізації, самоконтролю, стійкості до зовнішніх і внутрішніх перешкод, збільшення наполегливості, рішучості, цілеспрямованості створюють сприятливе підґрунтя для реалізації даного процесу, виступаючи регуляторним механізмом усіх його етапів.

Вивчення сформованості **потребово-мотиваційного компонента** самовдосконалення нами було здійснене за допомогою

двох психодіагностичних методик: «Діагностика потреби у самовдосконаленні» (Г.Д. Бабушкін) [2] та «Вимірювання мотивації досягнення» (модифікація тесту-опитувальника А. Мехрабіана (ТМД) [4], а також на основі застосування авторської анкети «Місце самовдосконалення у моєму житті».

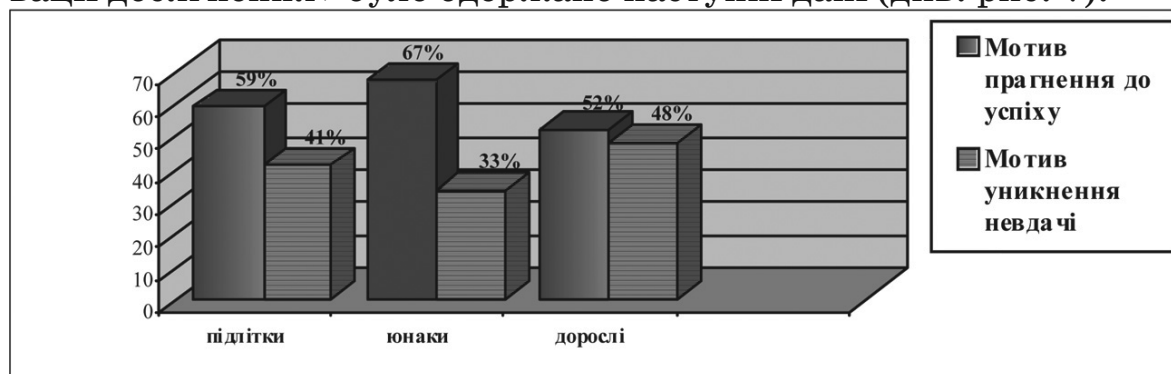
У результаті проведення методики «Діагностика потреби у самовдосконаленні» нами було встановлено рівень вираженості потреби досліджуваних у самовдосконаленні (див. рис. 6).



**Рис. 6. Вікова динаміка показників рівня вираженості потреби у самовдосконаленні (n=285, у %)**

Як видно з діаграми, найбільший показник високого рівня потреби у самовдосконаленні представлений саме в досліджуваних юнацького віку (73%); у більшості ж опитаних підлітків та дорослих переважає середній рівень (47% та 44% відповідно). Отже, усвідомлення юнаками і дівчатами необхідності підвищення інтелектуального та духовного рівнів розвитку власної особистості поряд з процесом подальшої оптимізації його складових, що в перспективі сприятиме успішній самореалізації у багатьох актуальних для їхнього віку життєвих сферах (особистій, суспільній, професійній), сприяє, на нашу думку, збільшенню їхньої потреби у самовдосконаленні.

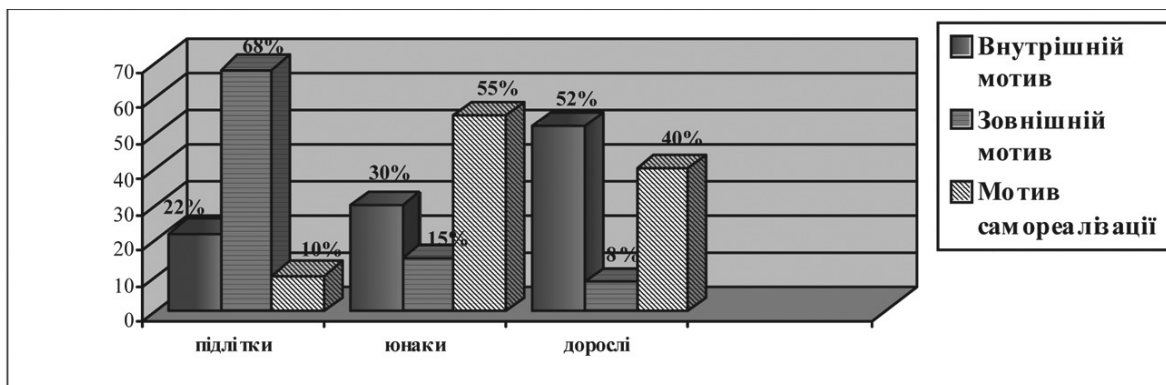
У результаті опитування за методикою «Вимірювання мотивації досягнення» було одержано наступні дані (див. рис. 7):



**Рис. 7. Вікова динаміка показників домінуючої мотиваційної тенденції (n=285, у %)**

На діаграмі продемонстровано той факт, що у структурі мотивації досягнення досліджуваних показник вираженості мотиву прагнення до успіху має тенденцію до підвищення з підліткового віку (59% опитаних), до значного домінування в юнацькому віці (67%) та поступового зниження в дорослому віці (52%). Показник вираженості мотиву уникнення невдачі має протилежну тенденцію: стрімке його зниження з підліткового (41% опитаних) до юнацького віку (лише 33% опитаних) поєднується зі значним підвищенням у дорослому віці (вже у 48% опитаних). Отже, в юнацькому віці мотив прагнення до успіху досягає піку своєї вираженості, що пояснюємо, з одного боку, специфікою їхньої соціальної ситуації розвитку (значним зростанням кількості й рівня складності завдань з боку суспільства, гострою необхідністю визначення щодо власних життєвих цінностей і пріоритетів), та, з другого боку, апогеєм розквіту фізичних, психологічних і духовних сил, внутрішніх ресурсів та потенціалів, необхідних для успішного розв'язання зазначених життєвих задач.

У результаті контент-аналізу відповідей на запитання авторської анкети «Місце самовдосконалення у моєму житті» нами було додатково підтверджено висновки попередніх двох методик, зокрема, щодо мети та змісту домінуючої потреби й мотиваційної спрямованості самовдосконалення у кожній з вікових категорій досліджуваних (див. рис. 8):



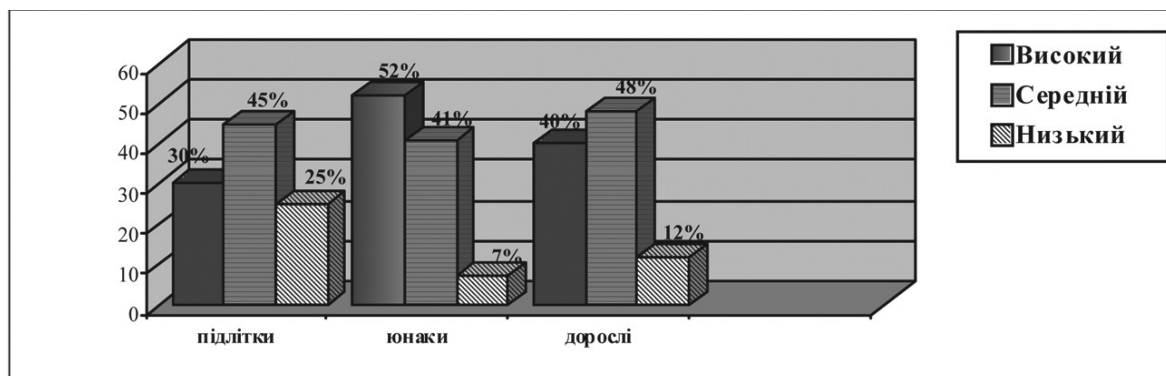
**Рис. 8. Вікова динаміка показників мотиваційної спрямованості ( $n=285$ , у %)**

Отже, за даними діаграми можемо констатувати, що домінуючим мотивом самовдосконалення переважної більшості осіб юнацького віку є мотив самореалізації (55% загальної кількості опитаних). На основі аналізу змісту відповідей юнаків на окремі запитання анкети нами було встановлено, що провідними сферами, з якими вони пов'язують найближчу перспективу самореа-

лізації, виступають навчальна, суспільна й професійна, а отже, зміст і спрямованість їхнього самовдосконалення безпосередньо пов'язуються з цими сферами, де воно виступає одним із методів такої самореалізації.

Отже, потребово-мотиваційний компонент самовдосконалення досягає найвищого рівня сформованості саме в досліджуваному нами юнацькому віці. Виступаючи своєрідним спонукальним механізмом самовдосконалення, даний компонент сприяє визначенню його основної спрямованості й мети, якою в юнацькому віці є самореалізація у навчальній, суспільній та професійній сферах, виникненню стійкої потреби у його здійсненні та дає поштовх до пошуку шляхів такої самотворчої діяльності.

Вивчення *діяльнісного компонента самовдосконалення* нами було здійснено за допомогою авторської анкети-опитувальника «Місце самовдосконалення у моєму житті». Так, на основі аналізу відповідей на запитання «Чи займаєтеся Ви самовдосконаленням?» ми встановили рівень здійснення досліджуваними діяльності із самовдосконалення (див. рис. 9).



**Рис. 9. Вікова динаміка вираженості рівня здійснення досліджуваними діяльності з самовдосконалення (n=285, у %)**

З діаграми видно наступну вікову динаміку вираженості рівня здійснення досліджуваними діяльності із самовдосконалення: переважання середнього показника у підлітків (45%) змінюється домінуванням високого показника в юнаків (52%) та переходить знову до переважання середнього показника у дорослих (48%). Отже, пік найвищого рівня реалізації особистістю самовдосконалення припадає на юнацький вік, що підтверджує факт наявності в неї на даному етапі розвитку гострої потреби в оптимізації індивідуально-психологічних параметрів, зумовленої низкою життєвих завдань, і обрання самовдосконалення одним з методів такої оптимізації. До того ж стійке зростання мо-

тивації досягнення, збільшення числа інтересів, саморозкриття власних внутрішніх потенціалів створюють сприятливе підґрунтя для самовдосконалення юної особи, а наявність достатньої кількості вільного часу (через необтяженість сімейними й професійними справами) дає можливість приділяти увагу його систематичному здійсненню.

**Висновки.** У результаті емпіричного дослідження виокремлених нами структурних компонентів самовдосконалення особистості – когнітивного, емоційно-оцінкового, волевого, потребово-мотиваційного й діяльнісного, – можемо стверджувати, що найоптимальнішим періодом для їх становлення виступає юнацький вік, оскільки у більшості його представників зазначені компоненти досягають найвищого рівня сформованості. Цьому сприяють особливості соціальної ситуації розвитку особистості, достатній рівень становлення самосвідомості, наявність гострої потреби в самовдосконаленні, високої мотивації, засобів і можливостей його систематичного здійснення. Перспективними для подальшого вивчення даної проблеми є такі її аспекти: дослідження специфіки становлення структурних компонентів самовдосконалення в осіб юнацького віку залежно від індивідуально-психологічних особливостей їхньої особистості, професійної спрямованості; з'ясування статевих відмінностей формування цих компонентів; розробка психологічних рекомендацій щодо оптимізації кожного з компонентів.

#### **Список використаних джерел**

1. Боришевський М.Й. Особистість у вимірах самосвідомості: [монографія] / М.Й. Боришевський. – Суми: Вид-во «Еллада», 2012. – 608 с.
2. Головатий М.Ф. Навчи себе сам: [Навч.-метод. розробка] / М.Ф. Головатий. – 2-ге вид., випр. і доп. – К. : МАУП, 2005. – 132 с.
3. Єрахторіна О.М. До виявлення сутності та змісту самовдосконалення особистості / О.М. Єрахторіна // Проблеми та перспективи формування національної гуманітарно-технічної еліти. – К., 2008. – Вип. 28. – С.147–153.
4. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие / Е.И. Рогов. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2004. – 384 с: ил.
5. Торгонский В.В. Формирование личности, индивидуальности и её интегративных качеств / В.В. Торгонский // Ис-

- торическая и образовательная мысль. – Краснодар : Изд-во КМАПППКС. – 2010. – №4. – С. 95.
6. Холодкова О.Г. Теоретические проблемы исследования стремления к самосовершенствованию / О.Г. Холодкова // Педагогический университетский вестник Алтая. – Барнаул. – 2010. – №4. – С. 114–115.
  7. Цветкова Г.Г. Самовдосконалення особистості як психолого-педагогічна проблема / Г.Г. Цветкова // Гуманізація навчально-виховного процесу: зб. наук. праць. – Слов'янськ : Вид-во СДПУ. – 2012. – Вип. 60. – С. 99.

### Spysok vykorystanyh dzherel

1. Boryshevs'kyj M.J. Osobystist' u vymirah samosvidomosti: [monografija] / M.J. Boryshevs'kyj. – Sumy: Vyd-vo «Ellada», 2012. – 608 s.
2. Golovatyj M.F. Navchy sebe sam: [Navch.-metod. rozrobka] / M.F. Golovatyj. – 2-ge vyd., vypr. i dop. – K. : MAUP, 2005. – 132 s.
3. Jerahtorina O.M. Do vyjavlennja sutnosti ta zmistu samovdoskonallennja osobystosti / O.M. Jerahtorina // Problemy ta perspektyvy formuvannja nacional'noi' gumantarno-tehnicnoi' elity. – K., 2008. – Vyp. 28. – S.147–153.
4. Rogov E.I. Nastol'naja kniga prakticheskogo psihologa: Ucheb. posobie / E.I. Rogov. – M. : Gumanit. izd. centr VLADOS, 2004. – 384 s: il.
5. Torgonskij V.V. Formirovanie lichnosti, individual'nosti i ejo integrativnyh kachestv / V.V. Torgonskij // Istoricheskaja i obrazovatel'naja mysl'. – Krasnodar: Izd-vo KMAPPPKS. – 2010. – №4. – S. 95.
6. Holodkova O.G. Teoreticheskie problemy issledovanija stremlenija k samosovershenstvovaniju / O.G. Holodkova // Pedagogicheskij universitetskij vestnik Altaja. – Barnaul. – 2010. – №4. – S. 114–115.
7. Cvjetkova G.G. Samovdoskonallennja osobystosti jak psihologopedagogichna problema / G.G. Cvjetkova // Gumanizacija navchal'no-vyhovnogo procesu: zb. nauk. prac'. – Slov'jans'k : Vyd-vo SDPU. – 2012. – Vyp. 60. – S. 99.

**N.K. Orishko. Empirical research of structural components of self-improvement of personality in youth age.** The article presents the results of empirical research of selected by the author structural components of self-improvement in persons of youth age (as the leading in the study) and additionally in persons of teen and adult age. On the basis of comparison,

detailed analysis and generalization of data obtained in each of three age groups, it has been found that youth age is the most optimal period for formation, development and functioning of all without exception basic structural components of self-improvement of personality – cognitive, emotional-evaluative, volitional, need-motivational and active, whereby it becomes possible to efficient and productive implementation of this self-creation process. It has been proved exceptionally positive value of practical realization of self-improvement in youth age for solution of relevant to this age period problems of personal and professional self-determination, social functioning, becoming a life perspective of the future and self-realization of personality. It was concluded that the level of awareness and consideration of boys and girls of exceptional importance for the formation and existence of all structural components of self-improvement in their age and properly organized, purposeful, independent and systematic optimization of each of these components have a positive effect on speed and success of a practical implementation of this process, on the level of satisfaction with the end result and on its compliance with previous expectations and goals. It has been identified that the perspective aspects for further study of the problem are: the need to study a specific of formation of structural components of self-improvement of persons in youth age according to individual-psychological characteristics of their personality, life and professional orientation; clarify the sex differences of formation of these components; elaboration of psychological recommendations for optimization of each individual component.

**Key words:** self-improvement, self-education, self-actualization, self-realization, self-creation, self- cognition, self-development, self-awareness.

*Received July 12, 2015*

*Revised August 22, 2015*

*Accepted September 27, 2015*